



CONSUMO COMARCAL CONSCIENTE 2022

 **hoya de huesca**
Comarca Hoya de Huesca • Plana de Uesca

ÁREA DE MEDIO AMBIENTE
Comarca Hoya de Huesca | Plana de Uesca
www.hoyadehuesca.es / Tel. 974 23 30 30



COsumo COmarcal COnsciente

Los principales problemas ambientales y sociales de nuestro tiempo son consecuencia de las acciones cotidianas para cubrir nuestras necesidades de alimentación, climatización, transporte, higiene, limpieza...

Con cada acto de consumo estamos emitiendo un voto de confianza y, también, estamos apoyando una manera de producir. Y se puede producir de muchas maneras. Con criterios de sostenibilidad ambiental y social. O sin ellos.

Saber lo que compramos y actuar en consecuencia nos da poder como ciudadanos. Conocer para poder actuar. Ser conscientes de las consecuencias derivadas de nuestras acciones y de las repercusiones que conllevan. Y, pasito a pasito, ir mejorando en nuestros hábitos de consumo hacia conductas más "responsables".

Desde el Area de Medio Ambiente de la Comarca de la Hoya de Huesca queremos seguir profundizando en aspectos concretos que nos permitan desarrollarnos hacia un CONSUMO CONSCIENTE. Para ello, proponemos **cinco** talleres diferentes que en esta ocasión nos van a permitir reflexionar sobre aspectos diversos de la relación entre medio ambiente y alimentación, gestión de residuos, cosméticos, productos de limpieza y cambio climático.

Un programa con triple "CO" de Comarca, de Consumo y de Consciente.

TALLER 1: ¿COMESTIBLES?. PLANTAS SILVESTRES: TRADICIONES GASTRONÓMICAS DE ANTES PARA LA ALIMENTACIÓN DE HOY

TALLER 2: ¡CONVIERTETE EN...! ¿HAY FUTURO PARA LOS RESIDUOS?

TALLER 3: CONCIENCIA Y HUERTA: PRÁCTICAS Y REMEDIOS NATURALES PARA PLAGAS Y ENFERMEDADES

TALLER 4: COMPUESTOS TÓXICOS EN EL HOGAR: ALTERNATIVAS ECOLÓGICAS Y SALUDABLES

TALLER 5: ¿CÓMO ME AFECTA EL CAMBIO CLIMÁTICO?





COsumo COmarcal COnsciente

¿Quién puede solicitar las actividades?

- Ayuntamientos y Entidades Locales Menores del ámbito rural de la Comarca de la Hoya de Huesca *

Condiciones

- Solamente se podrá realizar una actividad por localidad.
- El número de talleres de cada tipo es limitado, por lo que se seguirá el orden de registro de entrada en caso de que se supere el cupo.
- Es condición necesaria la disponibilidad de espacio suficiente y debidamente acondicionado para la realización de la actividad solicitada (atendiendo a las normativas vigentes en el momento de su realización).
- Todas las actividades han sido diseñadas para público adulto y para ser realizadas en el interior de locales que cumplan con lo exigido en cada uno de los talleres.
- Se establece una previsión mínima de 10 participantes por actividad.

Fechas para la realización de las actividades

- Las actividades podrán tener lugar entre el 1 de octubre y el 11 de diciembre de 2022 en horario de lunes a viernes (solo tardes) o fines de semana y festivos (mañanas o tardes).

¿Cómo solicitarlas?

- Las solicitudes se podrán cursar hasta el 12 de octubre de 2022.
- Deberán realizarse a través de la sede electrónica de la Comarca de la Hoya de Huesca, mediante el formulario que se encuentra en el enlace “Solicitud de talleres del programa CO3 CONSUMO COMARCAL CONSCIENTE”: <https://hojadehuesca.sedi-pualba.es/carpeta ciudadana/tramite.aspx?idtramite=18381>
- Se designará a una persona como responsable de la actividad, que ejercerá como interlocutora con la Comarca para todo aquello relacionado con la organización de la actividad.
- En caso de que se haya sobrepasado el cupo del taller solicitado, la Comarca ofrecerá al solicitante la posibilidad de elegir otra actividad de las propuestas en el programa que quedaran disponibles.

Adjudicación de los talleres

Una vez recibida cada una de las solicitudes, la Comarca se pondrá en contacto con la persona responsable de la actividad para confirmar la realización del taller y coordinar su desarrollo. Tendrán preferencia las localidades donde no se haya realizado ningún taller durante el año 2022.

** Las asociaciones vecinales ubicadas en las localidades del ámbito rural de la Comarca de la Hoya de Huesca que deseen organizar uno de estos talleres deberán de ponerse en contacto con su Ayuntamiento para procesar la solicitud.*





TALLER 1. ¿COMESTIBLES?. PLANTAS SILVESTRES: TRADICIONES GASTRONÓMICAS DE ANTES PARA LA ALIMENTACIÓN DE HOY

Las plantas silvestres comestibles, esas grandes desconocidas que nos rodean por todas partes en el entorno natural, pero que hace unas pocas décadas eran fuente de la alimentación cotidiana. Afortunadamente vemos como poco a poco estamos volviendo a retomar ese conocimiento gastronómico y dar valor a los recursos botánicos que están tan a nuestra mano.

Volcarse en la importancia de las plantas silvestres comestibles no sólo es una labor relacionada con la alimentación, sino que además es un ejercicio de memoria de las tradiciones locales e históricas. Una experiencia centrada en una planta en nuestras manos acaba transmitiendo emoción y valor a la tierra al tiempo que se favorece un cultivo y consumo consciente.

► OBJETIVOS

- Dar valor a la naturaleza local a través de la cocina e historia.
- Garantizar un modelo de consumo sostenible y de aprovechamiento de los recursos disponibles durante todo el año.
- Concienciar sobre el beneficio de retomar prácticas alimentarias que incluyan especies silvestres.
- Aprender a identificar las plantas silvestres comestibles de nuestro entorno.
- Compartir y recopilar recetas tradicionales elaboradas con flora silvestre, así como incorporar nuevas aplicaciones gastronómicas.

► DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

El taller se inicia con una charla explicativa y que da pie al debate dinámico sobre aquellas especies silvestres que nos rodean y consumimos o hemos dejado de incluir en nuestros platos. Se evaluarán las plantas como recurso, como opción de cambio en el modo de consumo, innovación de sabores y aromas perdidos, y sobre todo se transforma en un momento de memoria cultural a través de las cocinas caseras.

Posteriormente, se elabora un cuaderno de campo visual de aquellas plantas comestibles disponibles en ese momento, trabajando con material fresco en mano, de forma que la experiencia sea con los 5 sentidos. Se finalizará la actividad compartiendo una colección de semillas de plantas silvestres comestibles y repasando un cuaderno, elaborado expresamente para el taller, que recopila información sobre aquellas especies de la flora silvestre comestible más fáciles de hallar y los trucos para su consumo.

DURACIÓN APROXIMADA: 2 HORAS / NÚMERO MÁXIMO DE PARTICIPANTES: 20

FECHAS DISPONIBLES: DE LUNES A VIERNES (SOLO TARDES) Y SÁBADOS Y DOMINGOS (MAÑANAS Y TARDES)

OBSERVACIONES: IMPORTANTE LLEVAR GAFAS DE LECTURA





TALLER 2: ¡CONVIÉRTETE EN...! ¿HAY FUTURO PARA LOS RESIDUOS?

El consumo es protagonista en la sociedad actual, y en sí no debería ser un inconveniente, ya que tiene aspectos positivos, como la oportunidad de generar trabajo, innovaciones técnicas, etc. El problema radica en la linealidad económica en el que se sustenta nuestro consumo. Con un carácter infinito, en un único planeta, extraemos materias primas del medio natural, que junto a una inversión de energía (procedente, generalmente, de combustibles fósiles), nos permite producir los objetos, bienes y servicios que consumimos, para después de su vida útil tirarlos sin más, ya que nos molestan y consideramos que no tienen ningún valor, es decir porqué son basura. A este paso flaco futuro podemos asegurar a nuestros hijos.

Es necesario recapacitar y pasar de esta insostenibilidad actual, a una forma sostenible de producir y consumir. Para ello es preciso cambiar esa linealidad de forma de vivir, e imitando a la naturaleza, pasar a una forma circular de economía donde nuestros residuos no se vean como basura, sino como materia prima. Estamos hablando del reciclaje.

La transición hacia una economía circular real está cada vez más cerca.

► OBJETIVOS

- Conocer la problemática de la generación de residuos y el concepto de economía circular
- Profundizar en el concepto de jerarquía de residuos: REDUCIR, REPARAR, REUTILIZAR y, como solución final, RECICLAR
- Reflexionar sobre las opciones que la tecnología puede aportar en la conversión de un potencial residuo en nuevas materias primas o productos de manera infinitiva

► DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

Inicialmente, a través de una charla coloquio se presentará la problemática medioambiental de nuestra forma de producir y consumir, hasta la forma de mejorar la herencia que debemos dejar a nuestros hijos. Para ello nos apoyaremos en medios multimedia, y en la participación del asistente.

Complementaremos el taller por medio de actividades interactivas, entre ellas exhibiciones en directo de los procesos industriales de reciclaje de cartón, papel, plásticos y elementos electrónicos, así como de otro tipo de residuos como el aluminio, acero, vidrio, etc.

DURACIÓN APROXIMADA DE LA ACTIVIDAD: 1:30 H / MÁXIMO DE PARTICIPANTES: 25

FECHAS DISPONIBLES: DE LUNES A VIERNES (SOLO TARDES) Y SÁBADOS Y DOMINGOS (MAÑANAS Y TARDES)

CO₂





TALLER 3. CONCIENCIA Y HUERTA: PRÁCTICAS Y REMEDIOS NATURALES PARA PLAGAS Y ENFERMEDADES

El uso continuado de productos químicos hace que el suelo de la huerta se convierta en un simple soporte al que continuamente hay que añadirle más productos que posibiliten la cosecha. Además, conocer cómo preparar la huerta para adaptarnos al cambio climático es urgente. Por todo ello surge la necesidad de compartir un espacio donde se pueda intercambiar información sobre buenas prácticas como: la importancia de recuperar el suelo, la biodiversidad hortícola tradicional, por qué es importante hacer la rotación de cultivos, remedios para la prevención de enfermedades y plagas, malas hierbas o hierbas no convenientes, etc.

► OBJETIVOS

- Conservar y recuperar nuestros ecosistemas hortícolas.
- Recuperar la biodiversidad tradicional en las huertas del territorio para promover su conservación.
- Conocer las prácticas que favorecen la adaptación de la huerta al cambio climático.
- Impulsar a la actividad del cultivo ecológico en las huertas familiares.
- Promocionar la salud.
- Proporcionar la información adecuada para la gestión eficaz y disminución de la generación de envases fitosanitarios y otros residuos.

► DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

Cuenta con un formato de encuentro vecinal para intercambiar información y reflexionar sobre la importancia, por un lado, de tomar medidas para que los alimentos provenientes de las huertas familiares sean saludables y, por otro, de la participación de los ciudadanos y ciudadanas en la conservación del medio ambiente. De forma sencilla y práctica se facilitará a los asistentes métodos que faciliten un cultivo sostenible. Se hará entrega de un recetario para remediar y tratar plagas y enfermedades de la huerta. Y se aprovechará para el intercambio de semillas locales tradicionales, las de casa de toda la vida.

DURACIÓN APROXIMADA DE LA ACTIVIDAD: 1:30 H / NÚMERO MÁXIMO DE PARTICIPANTES: 25

FECHAS DISPONIBLES: MESES DE JULIO Y AGOSTO

REQUERIMIENTOS ESPECIALES: PROYECTOR, TOMA DE CORRIENTE

OBSERVACIONES: IMPORTANTE LLEVAR GAFAS DE LECTURA

CO₂





TALLER 4: COMPUESTOS TÓXICOS EN EL HOGAR: ALTERNATIVAS ECOLÓGICAS Y SALUDABLES

Los más diversos organismos internacionales como la propia OMS reconocen que la contaminación química en el hogar es un grave problema de salud pública ante el que es necesario actuar. Existen numerosas y variadas sustancias tóxicas en nuestra vida cotidiana de las que desconocemos cómo nos pueden afectar y qué impacto puede tener su uso en el medio ambiente: productos de limpieza, ambientadores, tejidos, muebles, ... Tener conocimiento de esta situación con más detalle nos llevará a tomar conciencia y descubrir alternativas igualmente eficaces y mucho más saludables y sostenibles.

► OBJETIVOS

- Conocer los compuestos químicos más habituales que pueden estar presentes en nuestros hogares
- Aprender sobre la toxicidad presente en algunos productos de limpieza
- Debatir y reflexionar sobre la incidencia en el medio ambiente de las sustancias que utilizamos habitualmente
- Proporcionar alternativas para la limpieza en casa

► DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

¿Te gustaría ambientar tu hogar con fragancias naturales y que además desinfectan siendo respetuosas con la salud?

¿Te gustaría utilizar jabón natural para fregar los platos o utilizarlo en la lavadora para la ropa de casa, pero no sabes cómo hacerlo?

En este taller se aprenderán estas y otras recetas de productos de limpieza para tu hogar que sean económicas, sostenibles y respetuosas con el medio ambiente.

Ingredientes naturales a tu alcance, recetas y una preparación que te podrás llevar a casa, así como un completo dossier con más ideas para elaborar tus productos de limpieza del hogar libres de tóxicos y completamente naturales

DURACIÓN APROXIMADA DE LA ACTIVIDAD: 1:30 H / MÁXIMO DE PARTICIPANTES: 25

FECHAS DISPONIBLES: DE LUNES A VIERNES (SOLO TARDES) Y SÁBADOS Y DOMINGOS (MAÑANAS Y TARDES)





TALLER 5: ¿CÓMO ME AFECTA EL CAMBIO CLIMÁTICO?

Muchos cambios climáticos tachonan la historia de la Tierra, por lo que no es algo nuevo en los 4.500 millones de años desde que se originó nuestro planeta. La Paleoclimatología, la ciencia que es capaz de discernir los contextos climáticos de antaño, nos indica que Eras Glaciares se intercalan con periodos cálidos y que, en éstos, la temperatura en la superficie de la Tierra, la mayor parte del tiempo, más alta que la actual. Pero esta vez el calentamiento y el consecuente cambio del clima es algo diferente debido a la celeridad con la que se produce, lo que impide la adaptación de las especies, y por su origen, de carácter antrópico y no natural.

► OBJETIVOS

- Conocer las causas del calentamiento global, su problemática y los cambios que se están produciendo tanto a nivel mundial como local
- Reflexionar sobre las actitudes y comportamientos que han llevado a su generación
- Concienciar sobre los aspectos que nos pueden llevar a mitigar el cambio climático
- Debatir sobre las medidas que deberemos de adoptar para adaptarnos a la nueva situación climática

► DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

El taller se iniciará con una charla coloquio participativa que nos permitirá abordar la temática del cambio climático y el calentamiento global desde varias perspectivas: la información científica que los avalan, los condicionante antropogénicos que los causan y las medidas que se pueden desarrollar tanto para mitigarlo como para adaptarnos desde el lugar donde habitamos.

Posteriormente, en una sesión práctica, se realizará un experimento fisicoquímico que nos mostrará de una forma visual la transformación que está sufriendo la atmósfera. Se finalizará la actividad con un taller de construcción, mediante materiales reciclados, de equipos que funcionan con energías alternativas.

DURACIÓN APROXIMADA DE LA ACTIVIDAD: 1:30 H

MÁXIMO DE PARTICIPANTES: 25

FECHAS DISPONIBLES: DE LUNES A VIERNES (SOLO TARDES) Y SÁBADOS Y DOMINGOS (MAÑANAS Y TARDES)

